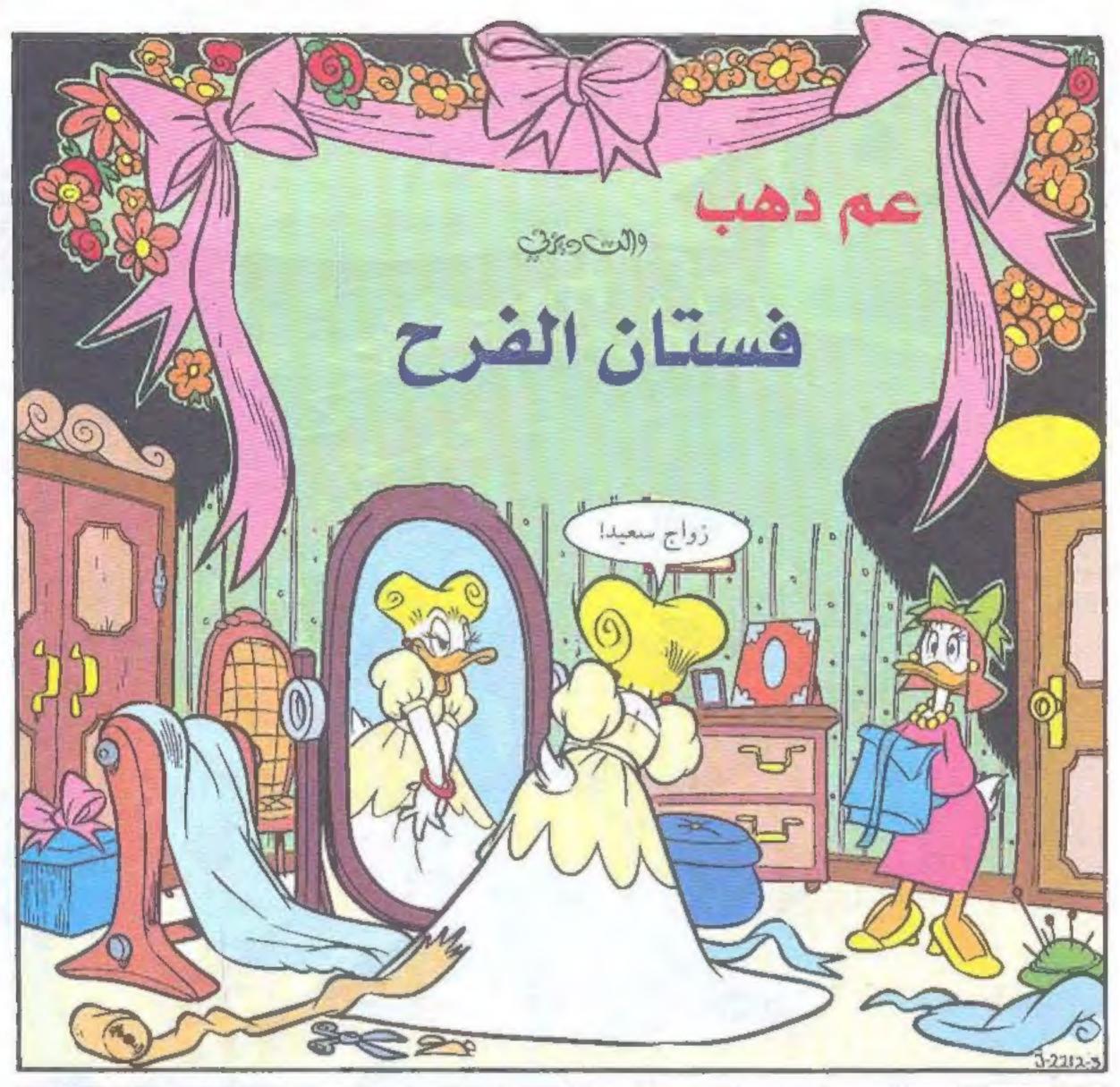






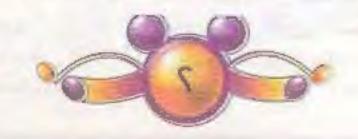
ال المحدود استنسام أي حره من هذه العطوعة المعطوطة الا بحود استنسام أي حره من هذه العطوعة المعطفة من سخاء المعطوعة المعط

هاتف: ١١/٢١٢٧٩٧) - فاكس: ٢١٢٢٥٣٢ (١١) - الأربن: شركة أرامكس للنقل الدولي السريع - هاتف: ٥٥٨٥٥٥ (٦) - فاكس: ماتف: ٥١/٢١٢٧٩٥ (١) - فاكس: الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات - هاتف: ٣٦٨٠١٧ (١) فاكس: المركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات - هاتف: ٣٦٨٠١٧ (١) فاكس: المركة الكريت عطابع القبس - دولة الكريت





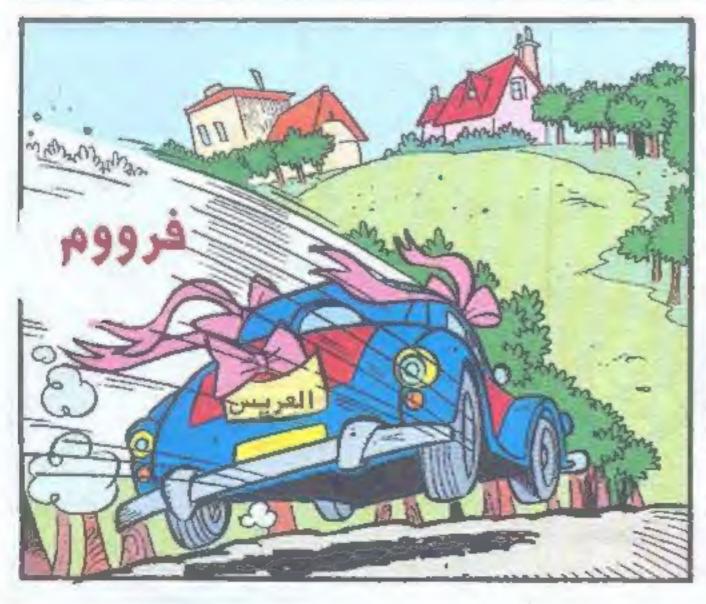




























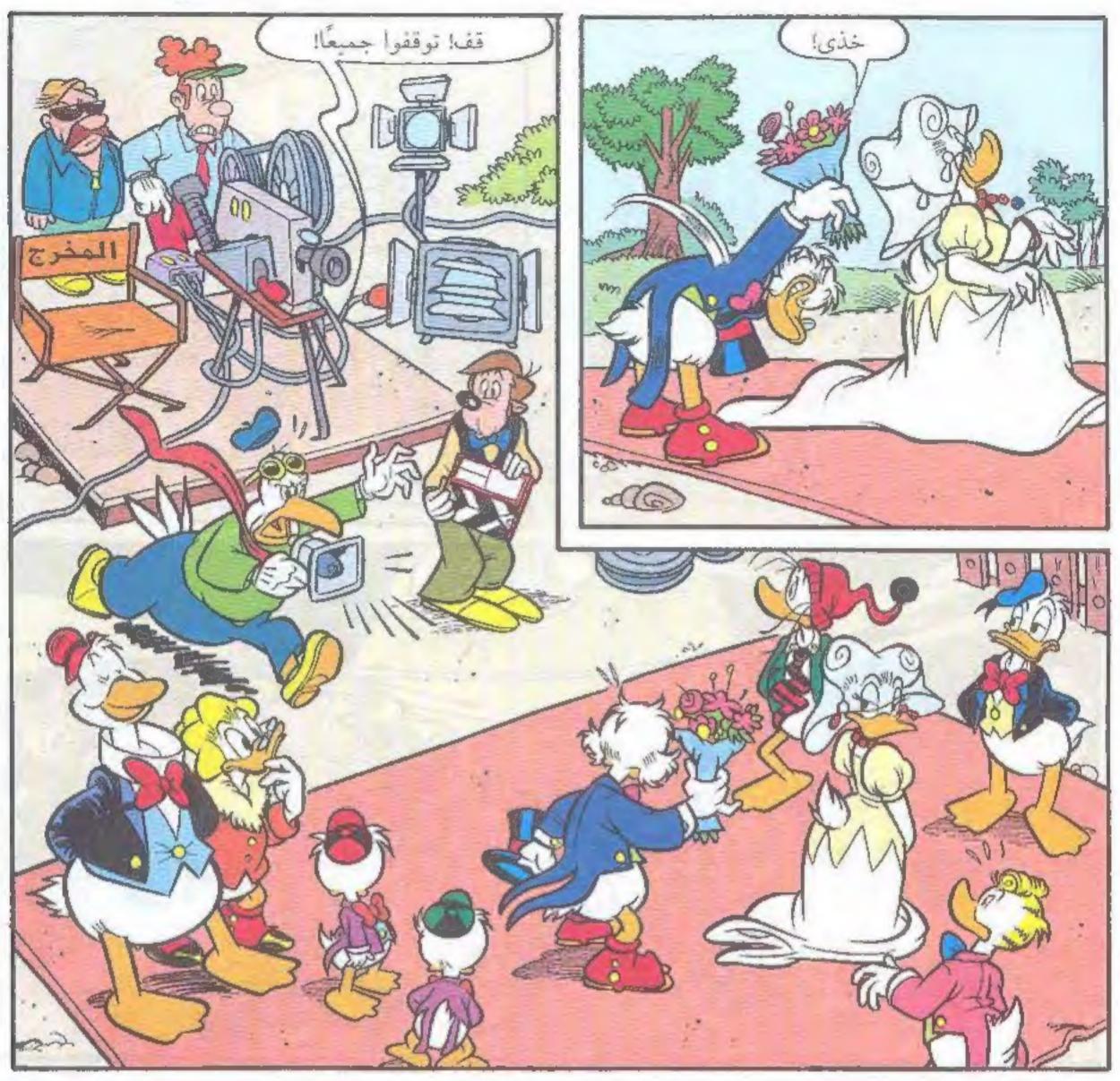




























# Words

تحتاج الأدغال إلى عاملين لتزدهر الأمطار الغزيرة، والحرارة العالية.
ويتوفر العاملان بكثرة في المنطقة الاستوائية، حيث يسقط المطر يوميًا،
وعندما يتوقف المطر، تشرق الشمس ويشتد لهببها، وهذه هي البيئة
المثالية لكثير من الحيوانات والنباتات.

العديد مما نأكل ونشرب كان منشأه الغابات المدارية المطيرة، ومنها القهوة، والشاي، والطماطم، والموز والأناناس، والأفوكادو، والدرة، والكاكاو، والأرز، والملفل الأحمر، ومع أن هذه النباتات في معظمها تزرع الان في مزارع إلا أن النباتات البرية ذات أهمية بالغة في تأمين تنوع

الأشكال الوراثية.

بيع من جهاز دياموند ريو (بي إم بي ٣٠٠، نظام إم بي ٣) لإصدار الموسيقى ٤٠٠ ألف وحدة، منذ أن طرح في نوفمبر سنة ١٩٩٨ وحدة، منذ أن طرح في نوفمبر سنة ١٩٩٨ وحدى مايو سنة ١٩٩٩ ونظام إم بي ٣ اعبارة عن برنامح أو طريقة رقمية متاحة على الإنترنت لتخزين وإصدار الملفات المسموعة. أما جهار بي ام بي ٣٠٠، فتصل أبعاده

الى ٩٠٥،٢،٥٠٨ سم، ويمكنه تخزين أصوات دات جودة رقمية عاليه لمده ساعة كاملة. ومن الواضح أن هدا الجهار أصغر من أجهرة الكاسيب الصونية ولا يحتوي على أجزاء متحركة، وبالتالي لا يمكنه تخطى ترنيب الملهاب.



صنعت شركة إرفولج اليابانية جهاز الافجيتي، وباعت منه أكثر من ١,٣ مليون وحدة، منذ طرحته في الأسواق في فبراير عام ١٩٩٨. والجهاز في حجم راحة اليد وسعره ٢٢ دولاراً، ويمكنه التعرف على الإشارات التي تصدر من جهاز مماثل بحمله الطرف الأخرفي حدود مسافة ٢,٤م. وكان تاكيا تاكافوجي قد اخترع هذا الجهاز؛ للتعرف على أفكار الغير،





لذا يجب عدم الإكثار من المياه الغازية ويستحسن استبدالها بالعصائر المفيدة ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة فكان يشرب الماء على ثلاث دفعات وبكميات معتدل

توتر وانقباض عضلات المريء والمعدة وهي أمور تؤدي إلى عسر الهضم والشعور بالتخمة لاحق

• النهم في تناول المواد الدسمة والأغذية الغنية بالدهون

يعتقد البعض أن الصيام يحتاج إلى أطعمة كثيرة تتميز بمحتواها الضخم من الدهون والنشويات والسكريا، والبعض يدفعه الجوع إلى الإسراع بنهم في تناول تلك الأطعمة مما يشكل عبنًا ثقيلاً على المعدة والأمعاء، وينتج عرفة الهضم والشعور بالتخمة.

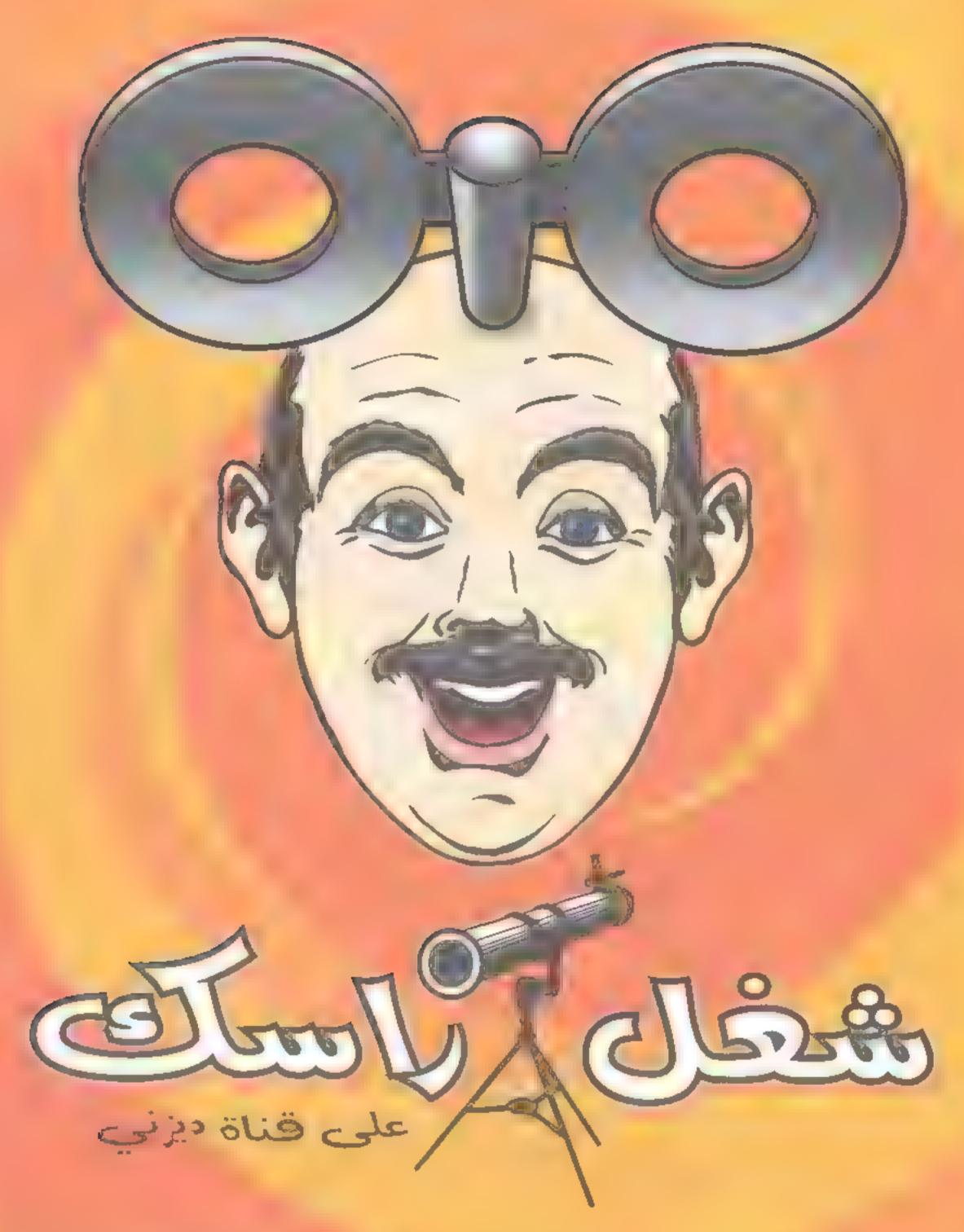
#### • المكسرات والحلوى الرمضانية

اللوز والجوز والبندق والفستق وغيرها من الحبوب الغنية بالزيوت صعبة الهضم بوجه عام والحلوى الرمضانية مثا الكنافة والقطايف والبقلاوة تحتوي على نسبة كبيرة من السكريات

ولا شك أن الإكثار من تناول هذه الأصناف يؤدي إلى إرهاق الجهاز الهضمي، ويزيد من وزن الجسم دون أن يمده بمواد ضرورية أو أساسية؛ لأن ما زاد عن الحد انقلب للضد.

• الإفراط في تناول المكيفات مثل الشاي والقهوة المكيفات هي مواد تثير توتر الجهاز العصبي، وتسمى أيضًا المنبهات.

وهي تعمل على تراكم الدهون بالدم وتزيد من خطر تصلب الشرايين وأمراض القلب لاحتوائها على معدلات عالية من مادة الكافيين هذا بالإضافة إلى السكريات المضافة اليها. لذلك فالاعتدال خير من الإفراط المودى للأمراض.



كل بود خلال شهر رمصان المصلل وفي فوارير شعن راسيب على قناة ديرت بيرك برجه سوال دي العصابة ، بير سو أن لل عراً يجتاح الى نعص بتمكير للأجانة عليه أن المطلوب هو أن شعل راسب بالك فسلا ، وله حرد الأهب الالحالة بستجيجه ارسل الحل على العاكس رقم ١٩١١٤ ٢٣٢٤١١ و ١٩٠١ البريد الأنكثرين tdcn الم الما العالم عبير الإسريب الإسريب السل الحل على العبير منظر المراب المعيد أد لا؟



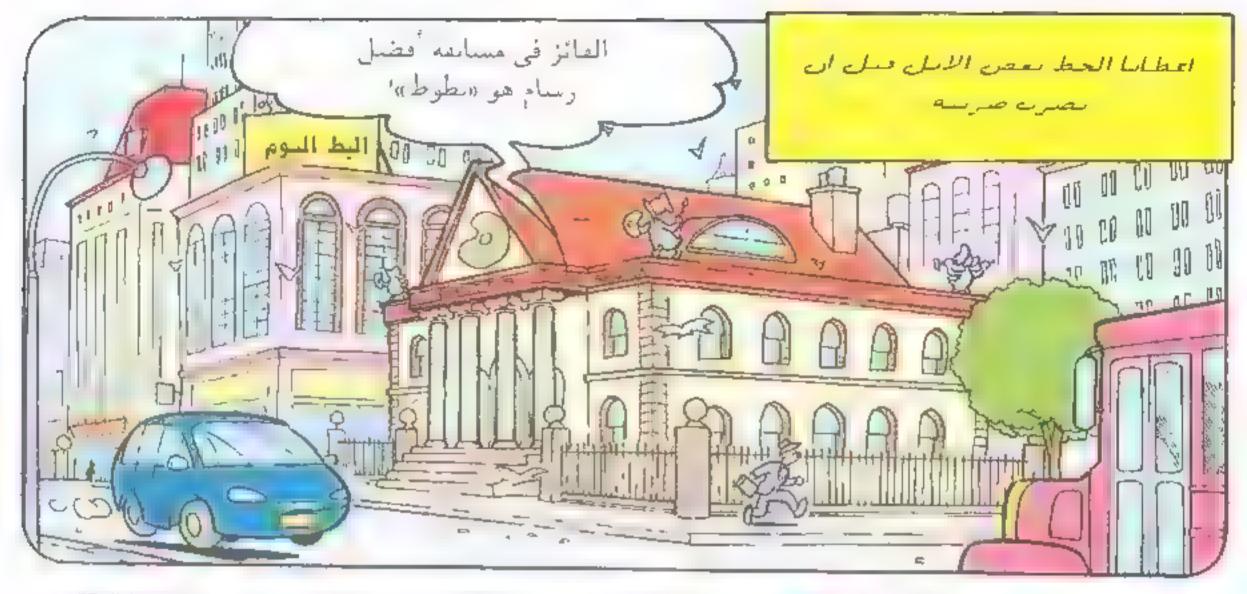
































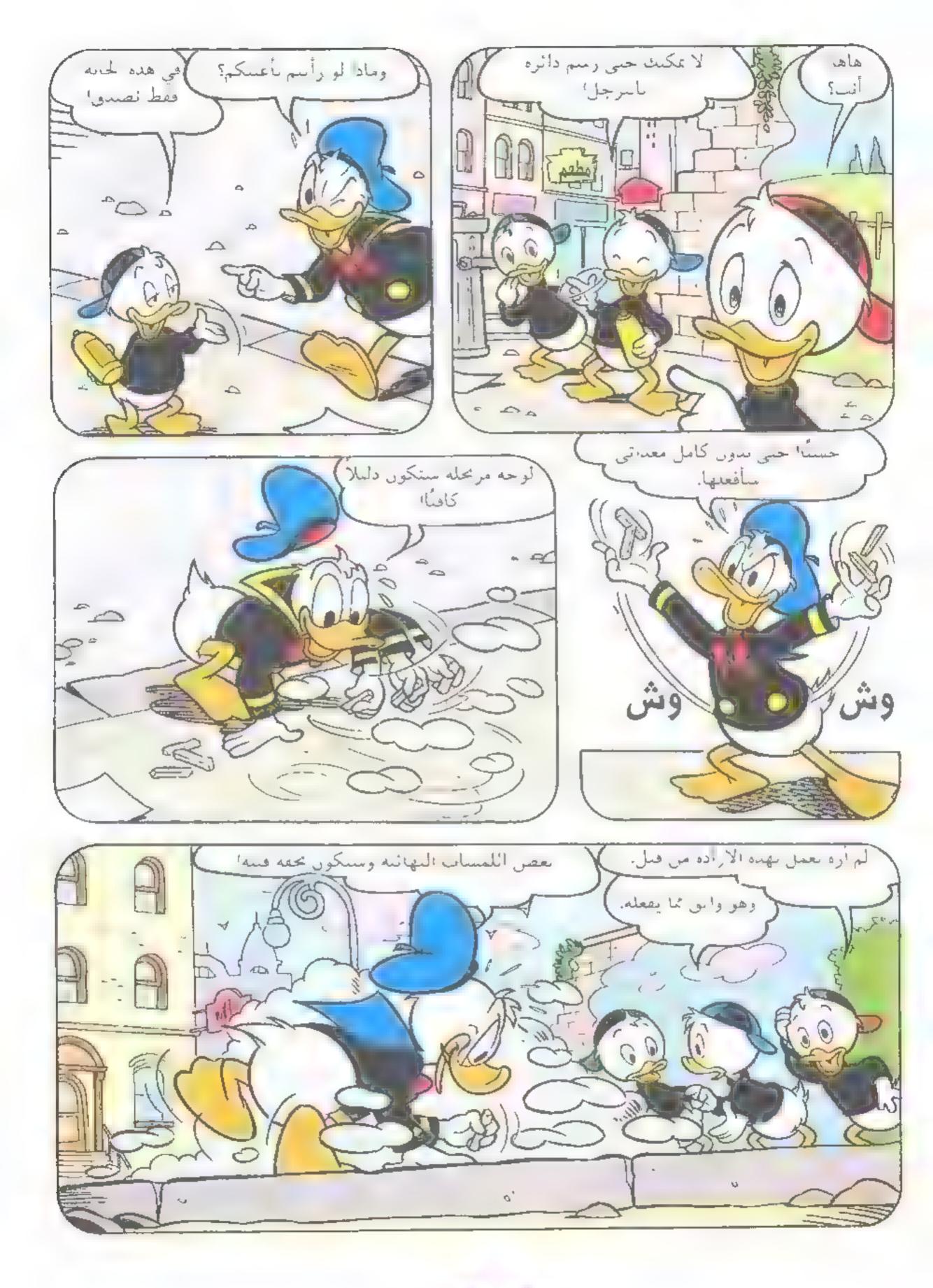




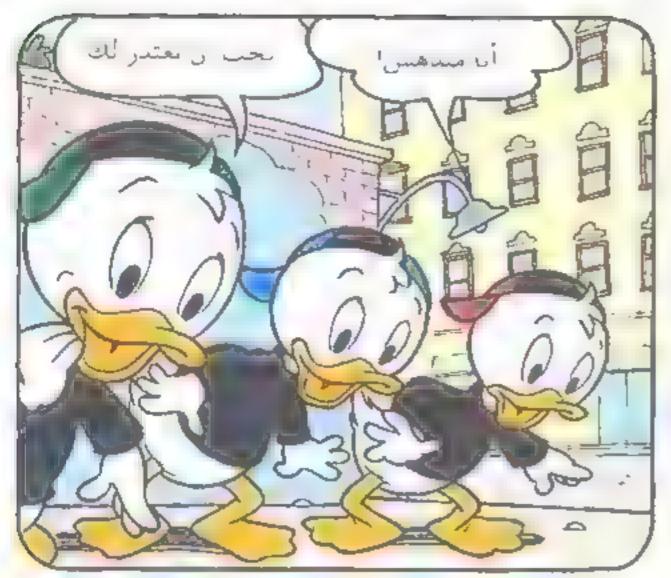






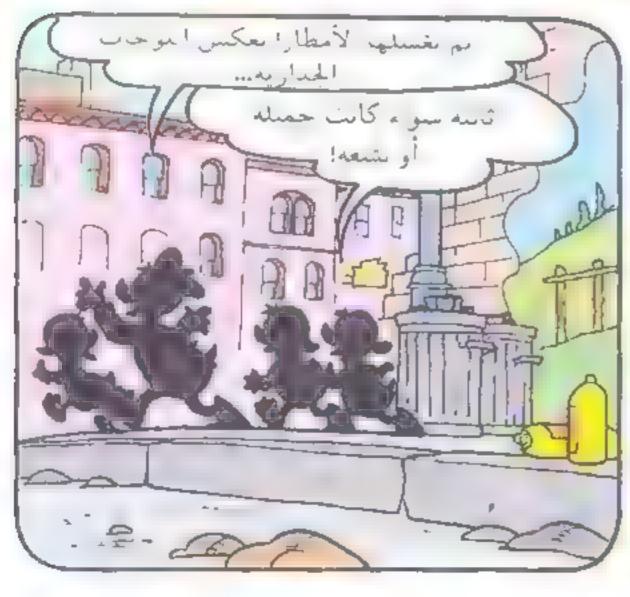






































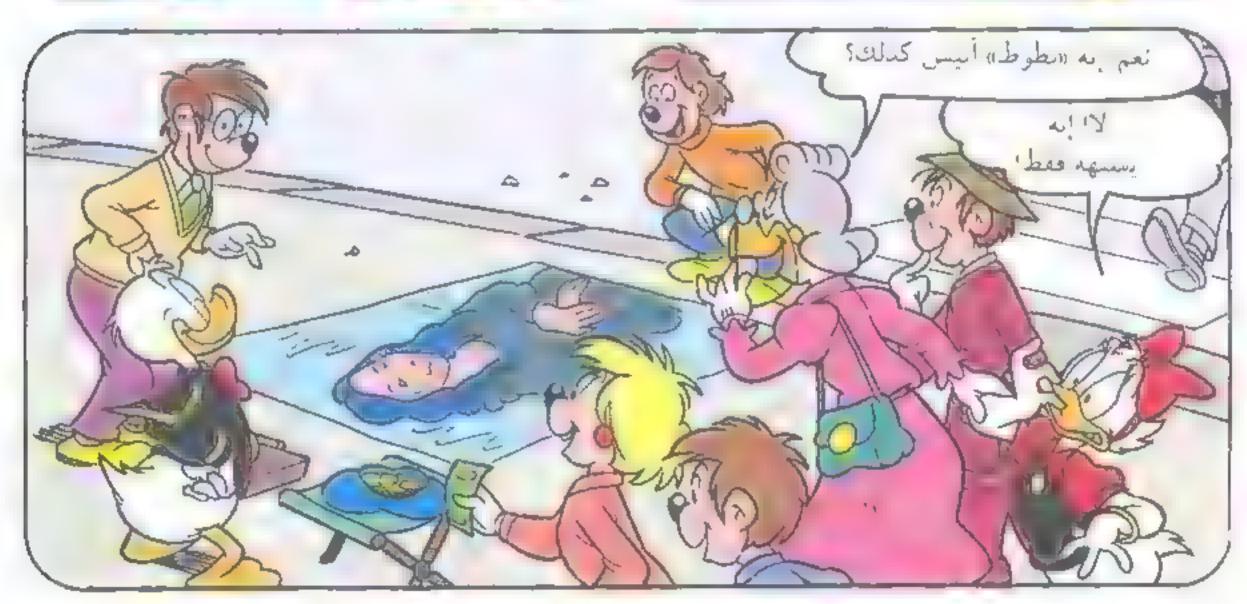




















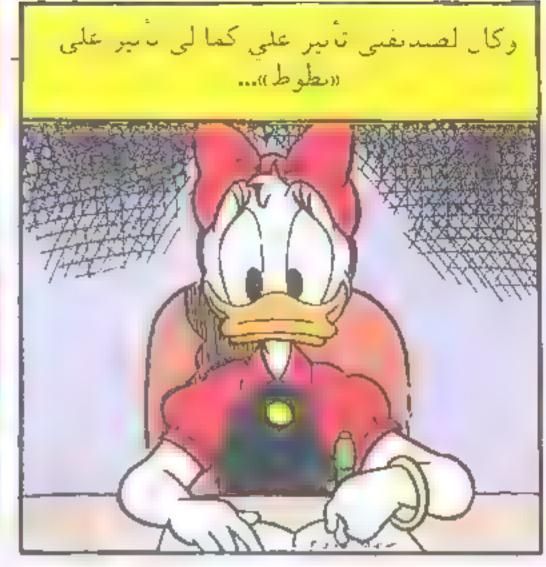


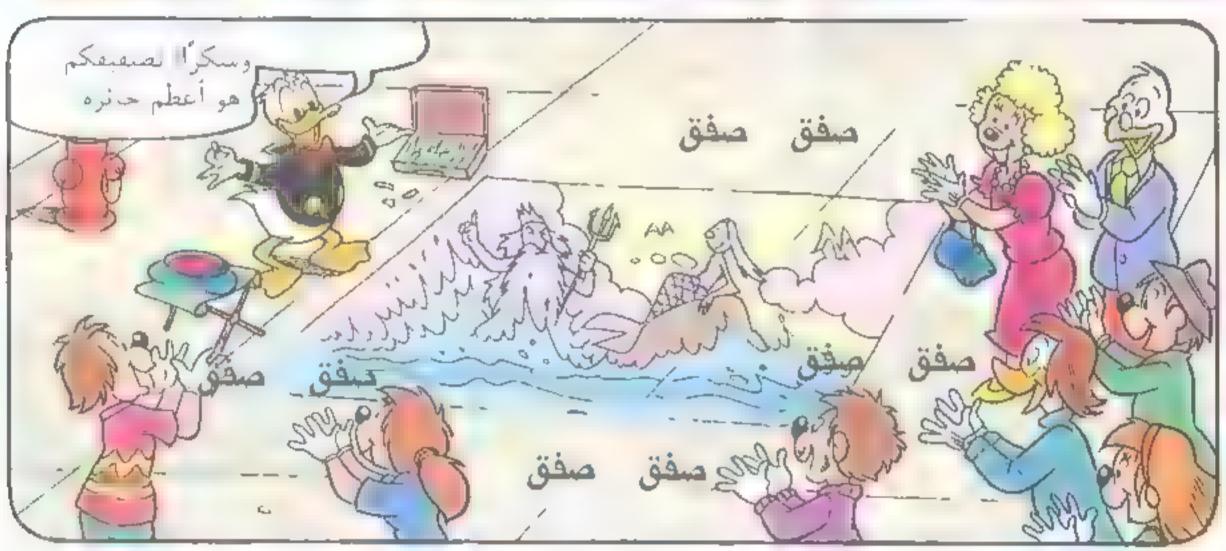
















سع بن الصفحة ٢





# الاختلاعات

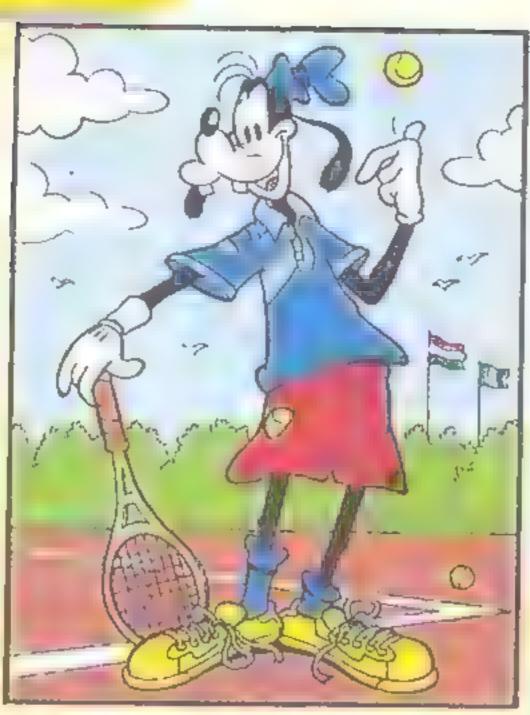
توجد بته

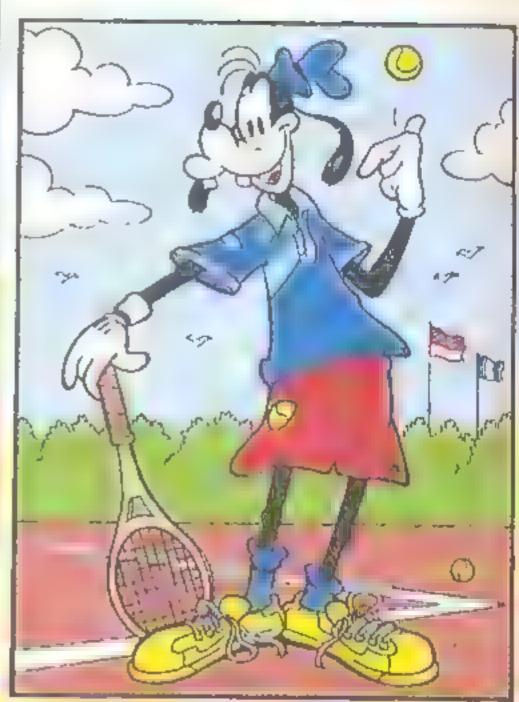
هاتين

الصورتيني ١٠

اختلافات، ما

و تق









## الفائزون بأشرطة الفيديو

السعودية	جدة	ربى عبدالرحمن انديجاني
السعودية	الجبيل	منيرة رفعت الهامل
السان	بيروت	دولا شكر
التحرين	الحد	عادل جاسم الصنحاف
الإمارات	العين	عبدالرحمن علي مير
الأمارات	الشارقة	سألم حميد سالم حميد
الأمارات	العجيرة	عبدالله سيف الشرع
الأردن	مأديا	امل عصام معايعة
الكويت	القرين	روان محمد أحمد الحساوي
الكويت	الكويت	بدر فؤاد الصبالح
فطر	الدوحة	مهنا حمود المناعي
عمان	مسقط	نوف عادل العجمي

### للحصول على . ".". ال الرجاء الاتصال

المملكة العربية السعودية – المنطقة الغربية السيد إيهاب قنيبي ماتف: ۲۹۱ ۲۹۱ تحویله ۲۷۱ المملكة العربية السعودية - المنطقة الوسطى والشرقية السيد محمد ايفشكون

> هاتف ۹۹۹ ۲۷۱ ۱- تحویله ۵۱۸ الكويت

ادارة التسويق ماتف: ۲۲۲۷ ۱۸۶

البحرين السيد على الحاج 415 957 : Larla الامارات العربية المتحدة السيدة خديجة

هاتف: ۷۲۰۰ ۲۷۰۲۰ الأردن

> السيدة نادية الداري ماتف: ۲۲۷۷ ٥٢٥

السيد ساليندا دي سيلفا هاتف: ۲۱ · · ۲۲۶

لبنان السيدة ليما على حمد in the second مای ۰۰۹۳۰۵۰۰

### الفائزون باسطوانات الـ DVD

محمد عبدالرحمن أبا حسين
ندى ابراهيم إدريس كلنتن
حسین محمد حسن
سمية سعيد حمود السناوي
سارة حمود الرباح
رقية عدنان عبدالسلام
محمد ابراهيم مال الله
شروق عبدالله عبدالرحيم
لولوة سمير عواد
ريم ايراهيم محمد
حامد سامي حامد
حسن عمر حسن الجابري

			فطر	4->	الدو	
				. 6		1
77	ب	بكت	u	ىزو	LQ	Ш
مرينة			دلي	العبي	أحمن	يم

الرياص السعودية

مكة

ىيروت

العدينة

المعروانية

حولي

المحرق

الشارفة

دىي

عمان

السعودية

السان

عمار

الكويت

الكويت

البحرين

الامارات

الامارات

الاردن

الشارفة الامارات

الشارقة الامارات عمان الطائف

محمد ياسر اسامي شيخة عبدالمحسن البسام غسان منذر الخزوز تغريد فؤاد المفتى

السالمية الكويت الأردن السعودية

عد كما المعرفة المحلمة





🥛 يجب أن أعد حقيبتي

المكتبة، رف الكتب السياحية

#### ٢ - من حقك اختيار المكان، فهل تختار...

م جزيرة في بحر أزرق فيروزي

△ رحلة إلى بيرو

🖜 تسلق أعلى قمة في العالم

### ٣ - إجازتك المفضلة هي...

△ الالتقاء بأشخاص ومعارف جدد

🖾 الراحة ونزهات بالدراجة

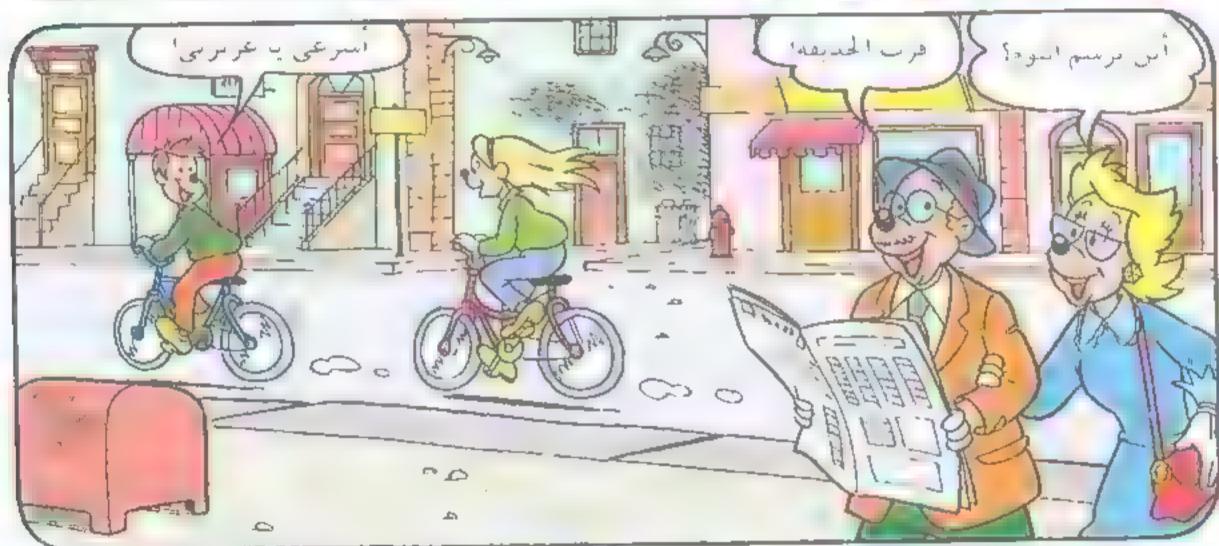
🗗 شغل الوقت بسرعة







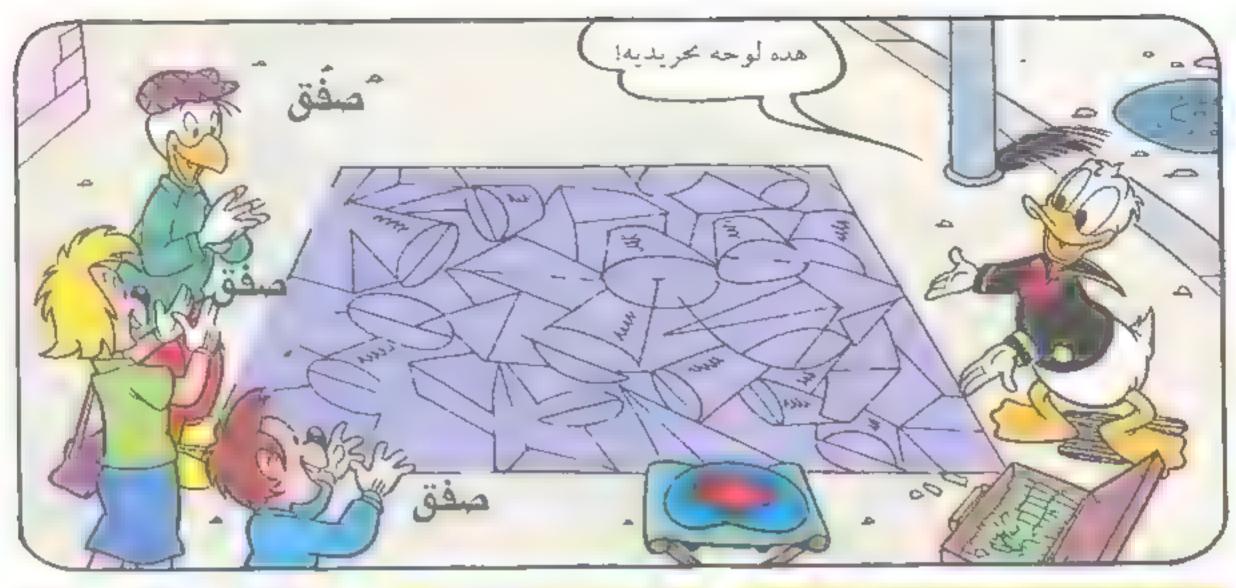






































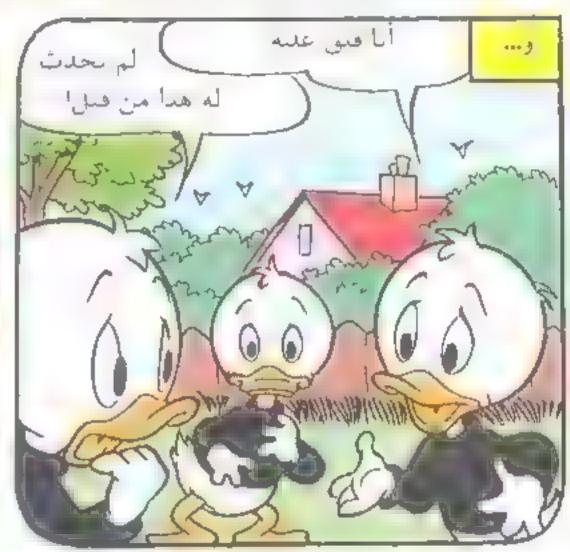




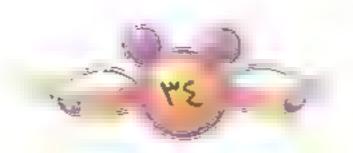


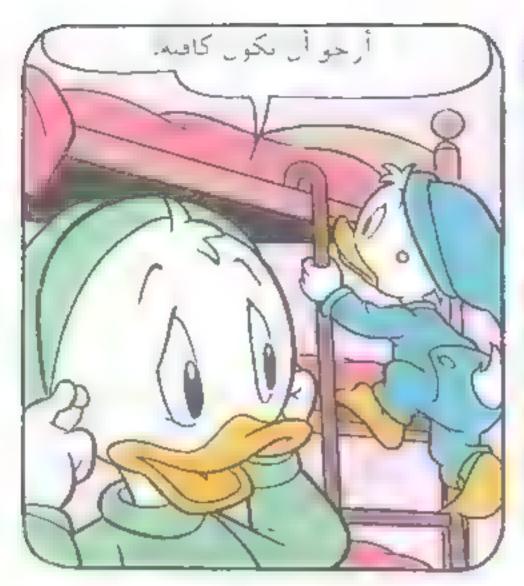






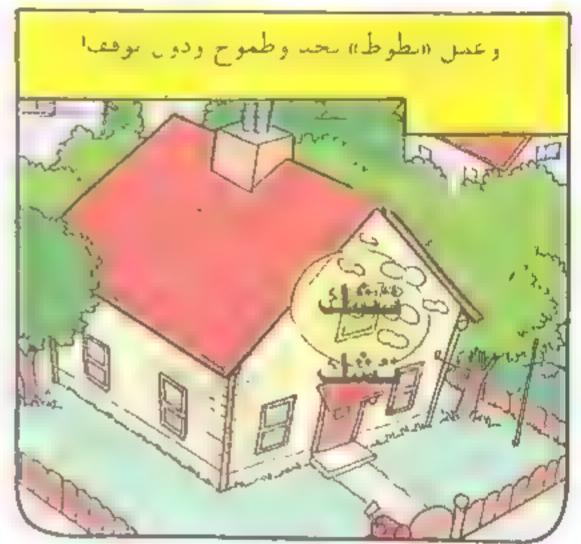






































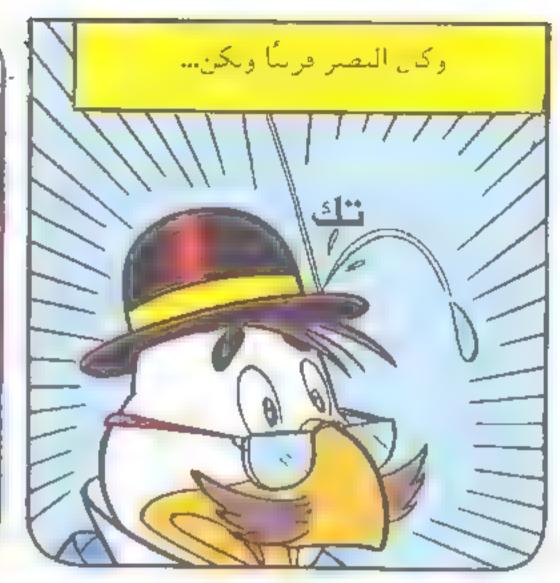
























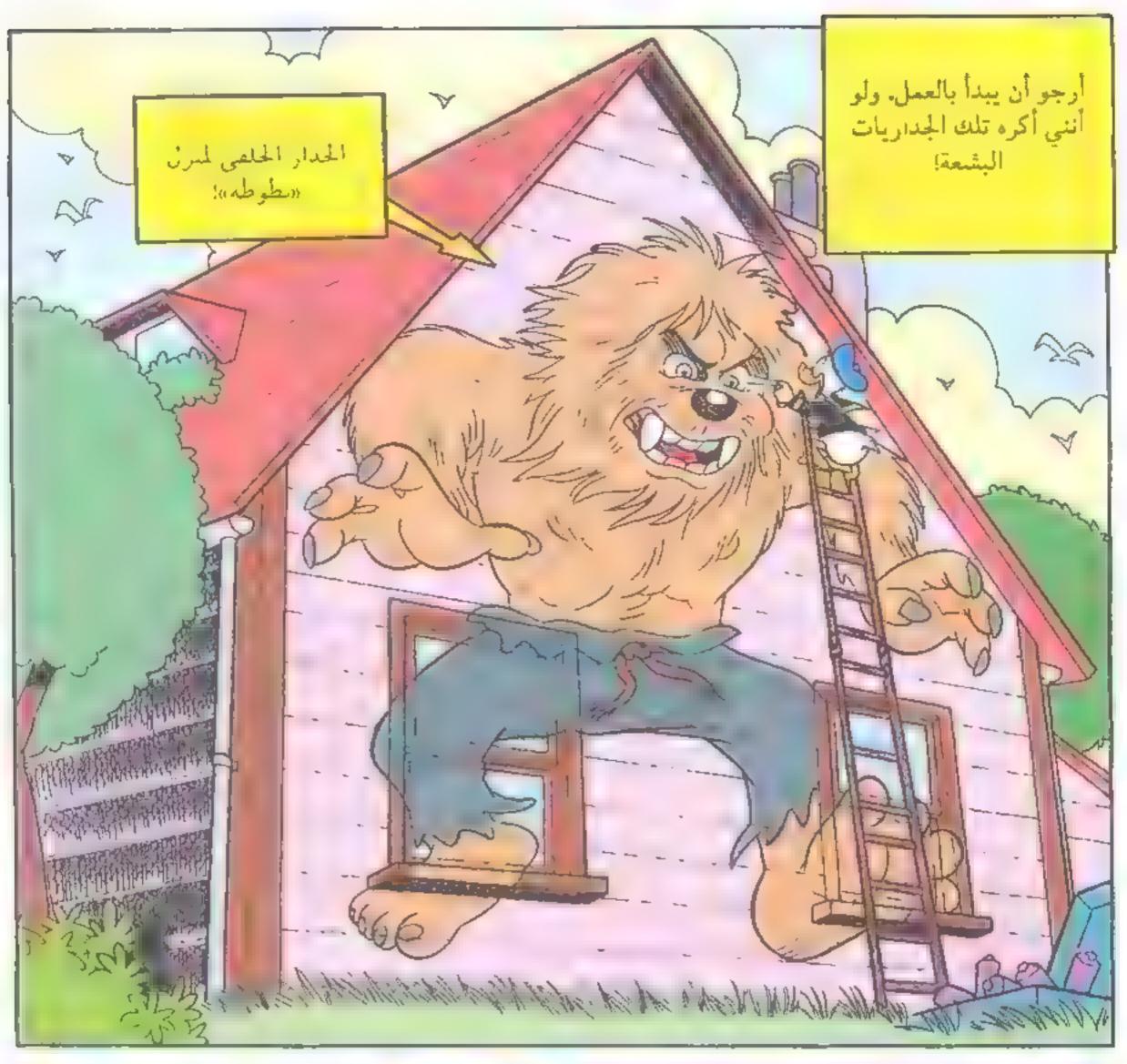










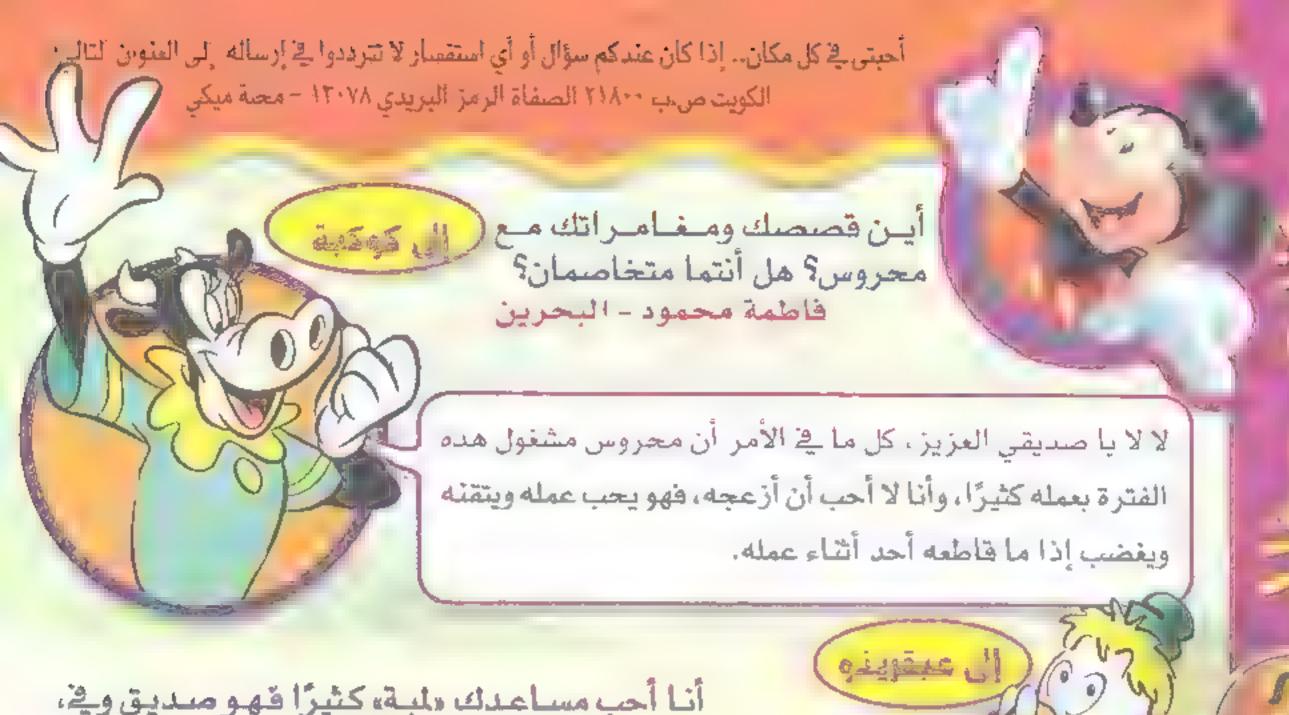






النهاية





### أنا أحب مساعدك «لبة» كثيرًا فهو صديق وين، أبلغه سلامي، يارا مطاوع - الكوب

عندك حق يا صديقتي، الصداقة كنز نادر الوجود في الدنيا، و«لمبة» ساعدني كثيرًا، في اختراعاتي، وحياتي العادية، كم من مرات ينقذني فيها من بين أيدي العملاء الفاضبين أو اللصوص الغادرين سأبلغه سلامك طبعًا.

إلى دستل

## لماذا لا تعمل عملاً شريفاً يا دنقل؟ بسام أحمد - السعودية

احم. لقد فكرت كتيرًا في هذا الأمر، لكني أريد الانتقام من ميكي أولاً، لا لأنه سبب دحولي السحن وفشلي في كل سرقة أقوم بها ولن أسمح له أو لنيره بالإنتصار عليَّ أبداً، لو أمسكت به المرة القادمة سأمزقه إربًا إربًا، بعدها سأبحث عن عمل شريف وأكف عن السرقة والنهب.

كيف تتحمل أوامر «عم دهب» وعصبيته الزائدة وبخله الشديد؟ فوزي عثمان - غمان

لقد تعودت على طبع السيد دهب ههذه هي طبيعة عملي كسكرتير لرجل أعمال ومليونير مثله، ورغم أنه يتذمر معظم الوقت إلا أنه طيب القلب ويحبني وبحنو علي في داحل نفسه وفي أوقات الشدة لا يتخلى عني. إذًا كيف لا أتحمله؟

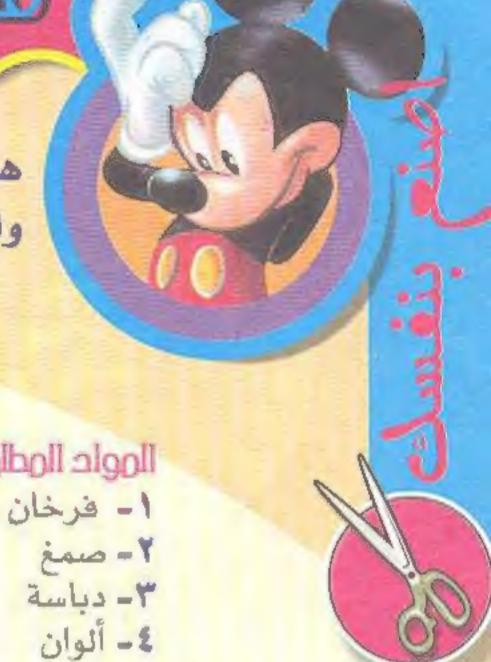


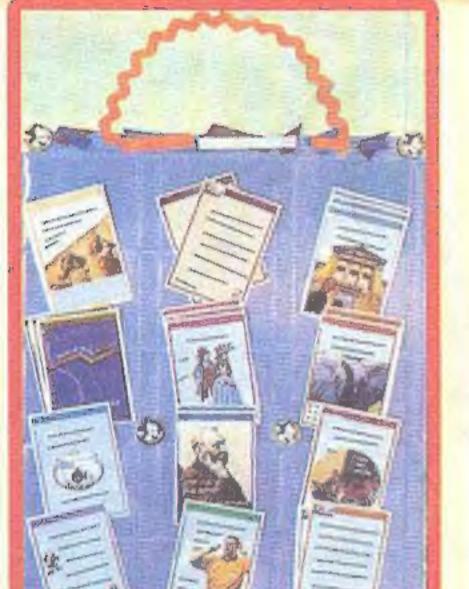




## مظرة لمفط البطاقات والصور

هل تواجهك مشكلة في كيفية الاحتفاظ بالبطاقات والصور التي تمتلكها؟ إذا إليك الحل





## llogle llodlejö.

١- فرخان من ورق الكرتون

٥- شريط تزيين

٦- صور للتزيين

## الطريقة

١ - يوضع الفرخان الواحد فوق الآخر ويثبتان بالدباسة من الأسفل ومن الجانبين.

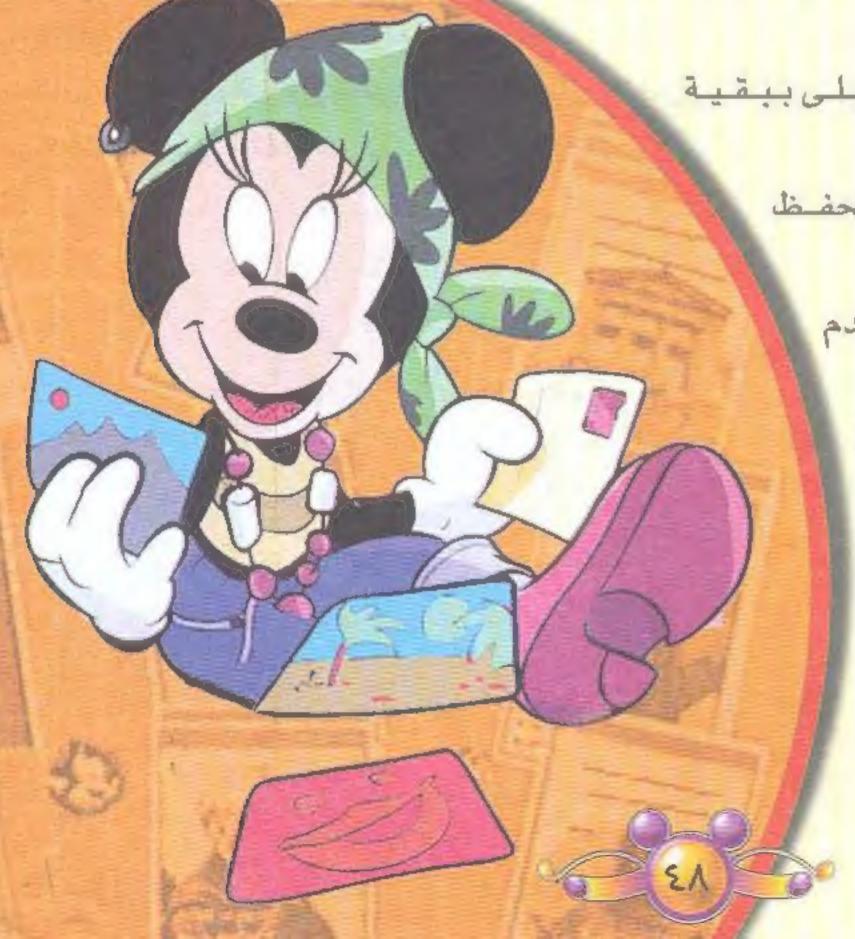
٢ - اثقب ثقبين في أعلى الفرخين وادخل بهما الشريط لتعليق اللوحة.

> ٣ - يمكن تزيين الحافة السفلى ببقية شريط التزيين.

> > الآن لديك كيس لحفظه بطاقاتك وصورك.

٥ - ألصق بعض الصور أو استخدم الألوان في تزيين الكيس،

٦- علقها فغرفتك في متناول يدك.



تنفيد هده الخطوات يجب أن يكون تحت إشراف الكبار ورقابتهم!

## تعلم اللغة الإنجليزية

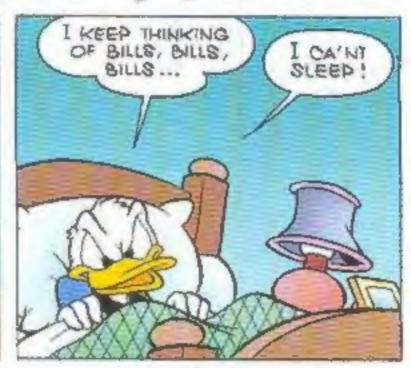
## THE PRICE OF SLEEP

## ثمن النوم

## A SINGLE BED



- أعرف! لأجرب عد الخراف!



- لا استطيع أن أنام! ما زلت أفكر في الفواتير، الفواتين الفواتين..



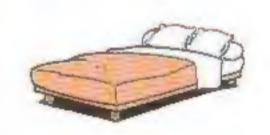
A DOUBLE BED



.... 1 . T. ......... 1 . Y -



- واحدا



سرير مزدوي



- القاتورة ٢٣٦ خروف ٢٧١ دولار



- هل هو نائم؟ -نعم! إنه نائم! - لا تنسى هذه ياسيدي!



خروق

# ام ندامز امر المراقع ا

















